

瑞典的產前經驗談

心情雜記

潛"釜 vitaiwan

搭藤票 : 2009/7/10 7:00:00

記得筆者剛懷孕時，對於瑞典的產檢([F?rebyggande m?drav?rd](#))及生產([F?rlossning](#))有些疑惑。在此藉這機會和大家分享筆者的產檢及生產經驗。



在瑞典，產檢是助產士([Barnmorska](#))的工作，地點不只有醫院，也有是在社區保健中心(H?lsocentraler)。而整個產程中規定僅有的兩次超音波([Ultraljud](#))檢查則是在醫院進行。第一次照超音波大約在懷孕第12週，而第二次則在第十六週左右。之後由助產士做例行每兩週一次的產檢，一共十次。至於寶寶性別的問題，若沒發問，基本上做超音波的醫生是不會告知。若有發問，也不見得可以得到答案，因為有可能當時超音波時無法看出。而且大部分的瑞典人並不希望事先知道小孩性別。筆者在第30週時要求做超音波看性別，但被拒絕。還有第一次超音波時會作抽血檢查，檢查胎兒的健康。若孕婦年齡超過35歲，院方會提供免費的羊膜穿刺([Fostervatten prov](#))。但有百分之一的流產機率，孕婦可以自行斟酌要不要做。

和助產士會面的時間每次約20分鐘，產檢的過程，每次都是先量體重，以控制孕婦體重在正常範圍之內。還有，每次助產士一定會關心孕婦有無懷孕的不適及在日常生活和工作上的不便。若有其他的問題，不管是心理或生理方面也都可以提出來討論。到中後期會開始用皮尺量孕婦肚子的大小，助產士也會用儀器放在孕婦肚子上，聽胎音以及量出胎兒心跳數。孕婦第一次聽到寶寶的心跳時是非常喜悅的。到後面幾次，助產士會用手摸孕婦肚子診出胎頭的位子，看是否可以自然生產。若胎位不正，會安排剖腹([Planerat kejsarsnitt](#))。還有產檢時會抽血測量血液中鐵及糖的含量，隨著胎兒不斷長大，從媽媽身體吸取營養，瑞典大部分的孕婦都需要補充鐵片([J?rntablett](#))。筆者個人也有吃，藥局有賣孕婦專用的鐵片，助產士會告知何時開始補充及個人適合使用的品牌及劑量。



據筆者所知，台灣孕婦很流行吃葉酸，而且從懷孕很早期就開始服用並且由婦產科醫師推薦。這點筆者和瑞典助產士求證過，助產士完全不建議筆者吃，只表示飲食正常即可。助產士對於孕婦吃葉酸錠一問有些納悶與不解。

有件事和台灣很不同的是，羊水([Fostervatten](#))破了若無陣痛(Sammandragning)，瑞典的醫療單位是不會馬上幫孕婦催生的，且無法住院觀察。筆者是羊水破了在家待了三天才准進醫院催生。這段期間羊水不斷的流，即使擔心也只能相信瑞典的醫療。當然這三天中每天都有安排到醫院檢查羊水量及胎兒心跳。院方都表示沒問題，請孕婦放心回家躺著休息。

有人開玩笑說，瑞典其實是實施民主最成左潔懋|主義國家，很多事情是由各單位機關決定的，並非個人意願所能左右。筆者的整個孕程是一路看好的自然生產者，雖是頭一胎，但筆者和助產士都有八成以上的把握可以自然生產。誰知道催生了36小時，情況越來越不妙，到最後母體發燒到39C可能會感染小孩，醫生才終於願意剖腹生產([kejsarsnitt](#))，其中甘苦非三言兩語可以表達。但是看到寶寶產下後可愛的模樣，真覺得一切辛苦都是值得的。相信天下的媽媽們都有同感！

(文/圖 班比小鹿)

**本文是以G?vle地區為例子的個人經驗